

स्मृति वर्धक विज्ञान (सीएमइ- 101)

(Memory Enhancement Science) (CME-101)

1. स्मृति: परिचय एवं स्मृति की अवस्थाएं
(Memory: Introduction and Stages of Memory)
2. स्मृति के प्रकार
(Types of Memory)
3. स्मृति को उन्नत बनाने की विधियाँ एवं स्मृति प्रशिक्षण
(Techniques of Memory Enhancement and Memory Training)
4. अच्छी स्मृति के लक्षण एवं शिक्षा में स्मरण शक्ति का महत्व
(Symptoms of Healthy Memory and Importance of Memory in Education)
5. स्मृति अध्ययन की विधियाँ एवम स्मृति मापन
(Study Methods and Measurement of Memory)
6. मनोस्नायु व्यायाम का विकास
(Development of Psycho Neurobics)
7. मनोस्नायु व्यायाम के प्रकार एवं प्रक्रिया
(Types and Process of Psycho- Neurobics)
8. स्मृति वर्धक योग : आसन एवं प्राणायाम
(Yoga for Improving Memory : Asana and Pranayam)
9. विस्मरण: अर्थ, स्वरूप एवं विस्मरण के कारण
(Forgetting: Meaning, Nature and Causes of Forgetting)
10. स्मृति संबंधी रोग
(Memory Disorders)

Suggested Readings:

1. सिंह, अरुण कुमार (2011): संज्ञानात्मक मनोविज्ञान
2. श्रीवास्तव, रामजी (सम्पादक) (2003): संज्ञानात्मक मनोविज्ञान
3. पी0डी0 पाठक-शिक्षा मनोविज्ञान - अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा।
4. आपका स्वास्थ्य आपके हाथ- डॉ.बी. के. चंद्रशेखर, महावीर पब्लिकेशन, नई दिल्ली।
5. सिन्हा एवं मिश्रा - असामान्य मनोविज्ञान-भारती भवन, पटना